

Primaria

CÓMO AFRONTAR LOS MIEDOS

A. ACTIVIDADES DE RECONOCIMIENTO DE LA EMOCIÓN DEL MIEDO

Objetivos: Identificar, comprender, aceptar y reconocer qué le pasa a mi cuerpo y cómo reacciono ante ello; habla de tu miedo y visualízalo.

ACTIVIDAD 2: “La emoción del miedo a través de los cuentos”

Los cuentos son un recurso excepcional que nos permite trabajar las distintas emociones al posibilitar al alumno vivenciar de forma simbólica distintas situaciones sin que le suponga un riesgo real.

DESARROLLO

- Se explica que se va a contar un cuento.
- Se hacen preguntas relacionadas con el cuento, indicando que no existen respuestas acertadas o falsas, buenas o malas.
- Las preguntas han de ser abiertas para facilitar la expresión de los alumnos.
- Es muy importante la actitud del coordinador de la actividad en el abordaje de las cuestiones que se planteen. Lo esencial es la proyección que cada alumno/a hace con los personajes y situaciones expresadas en los mismos.
- Habrá niños que participen de forma espontánea pero podemos encontrarnos alumnos/as con dificultades para decir lo que sienten o piensan por miedo a no dar la respuesta correcta.

Cuestiones que podemos plantear a modo de ejemplo:

- ¿Qué te ha gustado más de este cuento?
- ¿Qué no te ha gustado?
- ¿Te gusta el título? Si pudieses elegir tú el título ¿cuál le pondrías?
- ¿Qué personaje del cuento te ha gustado más? Explícanos por qué.
- ¿Qué personaje piensas que es más feliz? ¿por qué?
- ¿Qué personaje te ha gustado menos o no te ha gustado? Explícanos por qué.
- ¿Qué personaje crees que necesita ayuda? ¿Cómo podríamos ayudarle?
- Si pudieras decirle algo ¿qué le dirías?
- ¿Te recuerda a alguien que tú conozcas?
- ¿Hemos aprendido algo con este cuento?
- ¿Si pudieses cambiar algo del cuento qué sería?

Selección de cuentos

- “¿Dónde viven los monstruos?” Autor: Maurice Sendak
- “El Tarot de los cuentos”. Autores: Lorenzo A. Hernández Pallares, Laura Gómez Marín y Francisco Jorquera Amador.
- “Poquito a poco”. Autor: Amber Stewart. Editorial: Fortuna.
- “Encender la noche”. Autor: Ray Bradbury y Noemi Villamuza. Editorial: Kokinos.
- “Pelusa asesina”. Autor: Pablo Albo y Lucía Serrano. Editorial:
- “Un chico valiente como yo”. Autor: Hams Wilhelm. Ed
- “Vamos a cazar un oso”. Autor: Mickel Rosen y Helen Obsenvuri

- “Una pesadilla en mi armario”. Autor: Mercer Mayer. Editorial: Kalandraca
- “Niños valientes”. Autor: Manuela Olten. Editorial:
- “El ratón que no tenía miedo”. Autor: Petr Horacek.
- “La mierlita”. Autor: Antonio Rubio e Isidro Ferrer. Editorial: Kalandraca
- “El libro espantoso”. Autor: Noe Carlain y Ronam Vadel. Editorial: edelvives
- “Monstruo, sé bueno”. Ilustrador: Natalie Marshall. editorial: Juventud
- “Los animales me aterrorizan”. Autor: Babete Cole. Editorial: Destino.
- “Mi amiga la oscuridad”. Autor: Ella Burfout. Editorial:
- “Los miedos del Capitán Cacurcias”. Autor: José Carlos Andrés
- “Negra noche”. Autor: Dorothee De Monfrey. Editorial:
- “Ramón preocupón”. Autor: Anthony Browne
- “A todos los monstruos les da miedo la oscuridad”. Autor: Michael Escoffier. Editorial: Kokinos
- “Abajo el miedo”. Autor: Mario Gomboli. Editorial: Bruño
- “Yo mataré monstruos por ti”. Autor: Santi Balmes.
- “Gustavo y los miedos”. Autor: Ricardo Alcántara.

Aunque los cuentos son válidos en todas las etapas educativas porque nos hablan de nuestro mundo emocional, no obstante de este listado consideramos más adecuados por sus dibujos y contenidos para alumnos de educación secundaria los siguientes:

- “Cuentos africanos para dormir”. El miedo. Autor: Ernesto Rodríguez Abad
- “El abrigo de Pupa”. Autor: Elena Ferrándiz. Editorial: Thule. (ed. secundaria)
- “Y usted... ¿qué vende?” Autor: Carmen Sara Floriano y Ana Monescillo.
- “Ratoncita y el muro rojo”. Autora: Britta Teckentrup. Editorial: Nubeocho